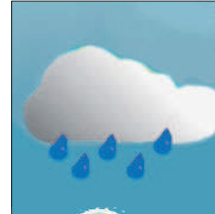




**Im Bann der Bälle:**  
Jakob Elliot aus Erfurt  
will zur Bowling-WM  
2012 nach Bangkok

Sport



**Thüringen-Wetter:**  
morgens 18°  
nachmittags 20°  
leichter Regen

Vorhersage für Sonntag, 7. August

**Aktiv in Holland:**  
Das Königreich  
bietet sportlichen  
Familienurlaub

Reisemarkt



## Mein Sonntag

Das macht  
Bürger-  
Reporter  
Maik Fabisch  
heute:



Uta Köbernick gucken beim „Alle Tassen im Schrank“-Festival! Am dritten Tag des Internationalen Kunst- und Kulturfestivals in der Fuchsmühle Mosen bei Gera kommt die Gewinnerin des Deutschen Kleinkunstpreises 2009 nach Ostthüringen (19 Uhr).

Petra Seidel aus Weimar: Ich empfehle den Besuch der Legefelder Waldbühne von Familie Arenhövel. Dort wird das Stück „Quakuschka, die Froschprinzessin“ aufgeführt. +++ **Thomas Twarog aus Erfurt:** Es geht nach Mühlberg zum Springfest. Die Karstquelle „Spring“ und die Kulturschneue laden herzlich ein. +++ **Renate Jung aus Erfurt:** Ausschlafen nach einer Geburtstagsfete.

**meinAnzeiger.de**

Und Sie?  
Sagen Sie uns als BürgerReporter auf [meinAnzeiger.de](http://meinAnzeiger.de), was Sie am kommenden Sonntag unternehmen. Kommentieren Sie einfach den Text in der Gruppe „Mein Sonntag“.

# Thüringen tanzt *Zumba!*

Von wegen verregnete Stimmung. Ein Fitnesstrend weckt Sommerlaune: Zumba. Die Mischung aus Tanz und Aerobic bringt Thüringer zum Schwitzen.

Von Sibylle Reinhardt

Fröhliche Latino-Klänge geben den Rhythmus vor. „Wer aber glaubt, wir wiegen uns bei Zumba nur sanft im Takt, der liegt daneben“, sagt Rena Fritsch, Zumba-Trainerin aus Jena. „Bei diesem Kurs werden Tanzschritte aus Salsa, Merengue, Cumbia, Samba, Bachata und Flamenco mit speziellen Aerobic-Elementen kombiniert.“ Mit wechselndem Tempo. Das macht die Zumba-Stunde zur Kraftnummer, verbrennt Fett und strafft den Körper.

Entwickelt wurde das Fitnesskonzept vom Kolumbianer Alberto „Beto“ Perez. 1999 brachte er Zumba nach Amerika. Hinter dem wachstumsstarken Fitness-Kult

steht ein streng lizenziertes Geschäftsmodell. Jetzt erwerben auch immer mehr Thüringer Trainer die Lizenz. Von Artern bis Sonneberg, von Bad Langensalza bis Schleiz folgen Tanz- und Sportstudios dem Trend.

„Man braucht dafür keine Tanzerfahrung, nur ein wenig Rhythmusgefühl“, animiert Rena Fritsch, die auch Kurse für Schüler anbietet. Seit 15 Jahren begeistert sich die Tanzlehrerin und Fitnesstrainerin für lateinamerikanische Tänze. In ihren Augen bietet Zumba einen weiteren Vorteil: „Frauen können die Musik und den Tanz genießen, ohne dass sie einen Partner brauchen.“ Denn Männer sind auch auf dem Sportpark Mangelware. Seite 3



Tanzlehrerin Rena Fritsch aus Jena liebt lateinamerikanische Tänze.

Foto: Reinhardt